

## OCORRÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT EM ENFERMEIROS: FATORES DE RISCO

Jaqueline Holanda Brito Borges (1); Ana Cristina Lima Carvalho (2); Gisele Dias Dantas (3);  
Juliana Araújo do Nascimento (4); Luciana Dantas de Andrade (5)

- (1) Acadêmica de Enfermagem. *Universidade Federal de Campina Grande*. Centro de Educação e Saúde (CES), campus Cuité-PB. [jaqueline.holanda@hotmail.com](mailto:jaqueline.holanda@hotmail.com)
- (2) Acadêmica de Enfermagem. *Universidade Federal de Campina Grande*. Centro de Educação e Saúde (CES), campus Cuité-PB [ana.cristinalima290@gmail.com](mailto:ana.cristinalima290@gmail.com)
- (3) Acadêmica de Enfermagem. *Universidade Federal de Campina Grande*. Centro de Educação e Saúde (CES), campus Cuité-PB [diasgd19@gmail.com](mailto:diasgd19@gmail.com)
- (4) Acadêmica de Enfermagem. *Universidade Federal de Campina Grande*. Centro de educação e saúde (CES), campus Cuité – PB [juliana.f.n@outlook.com](mailto:juliana.f.n@outlook.com)
- (5) Professora. Doutora em Psicologia. *Universidade Federal de Campina Grande*. Centro de Educação e Saúde (CES), [luciana.dantas.farias@gmail.com](mailto:luciana.dantas.farias@gmail.com)

**Resumo:** Na área da saúde, o cuidar do outro provoca estresse físico, psíquico e emocional intenso, exigindo do trabalhador constante atenção e inúmeras responsabilidades. Assim, a síndrome de Burnout vem sendo considerada um grave problema de saúde pública, acometendo diversos profissionais de saúde, com destaque para os enfermeiros. Portanto, esse artigo objetiva identificar os principais fatores de risco para o adoecimento pela Síndrome de Burnout aos quais os enfermeiros estão susceptíveis. Trata-se de uma revisão integrativa, realizada de Março à Maio de 2016, por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e a PubMed. Foram utilizadas as bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), a MEDLINE®, Biblioteca Científica Eletrônica Virtual (SciELO). Utilizou-se os seguintes descritores em ciências da saúde (DESc) respectivamente: Esgotamento Profissional, Fatores de Risco, Enfermagem. Adotaram-se os seguintes critérios de Inclusão: artigo original, publicado entre 2012 a 2016, em português e que apresente os fatores de risco que levam o profissional de enfermagem ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Nos resultados observa-se que os principais fatores de risco que levam ao acometimento desses profissionais por essa síndrome são: Excesso de atividades; Falta de reconhecimento; Características físicas do local de trabalho; Baixa remuneração; Longas jornadas de trabalho; Desgaste físico e Mental. Assim, pode-se concluir que os profissionais de enfermagem encontram-se vulneráveis à Síndrome de Burnout, portanto, seria pertinente caracterizar melhor os fatores associados à ocorrência da síndrome em distintas instituições a partir da realização de mais pesquisas na área.

**PALAVRAS-CHAVES:** Esgotamento Profissional, Fatores de Risco, Enfermagem.

## INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout (SB) foi descrita por Fredenberg em 1974, a palavra burnout significa burn (queima) e out (exterior), sugerido desta forma que essa doença leva tanto a sintomas físicos como emocionais. Estudos realizados na América do Norte e Sul indicam a SB como um grande problema da atualidade, despertando interesse e preocupação por parte dos profissionais e pesquisadores. Segundo Silva et al (2015) devido à sobrecarga física e mental os profissionais de saúde (médicos, enfermeiros, auxiliares e técnicos de enfermagem) estão entre as classes dos trabalhadores frequentemente acometidos por essa síndrome.

Segundo Rezende, Borges e Frota (2012) a sociedade moderna vem sofrendo diversas modificações, resultando em mudanças nas relações de trabalho. Com o mundo capitalista atualmente as pessoas estão adquirindo cada vez mais características de consumismo, individualismo, competitividade e agressividade. Essas características podem resultar em diversas patologias, prejudicando a saúde e o bem-estar dos trabalhadores.

O trabalhador muitas vezes por receio em perder o emprego acaba submetendo-se a cargas excessivas de trabalho, isso decorre da alta competitividade existente atualmente no

mercado de trabalho, onde apenas os que se destacam conseguem continuar exercendo suas profissões. Esse ambiente competitivo demanda amplo esforço corporal e psicológico, ultrapassando, muitas vezes, o limite da capacidade do trabalhador. Assim, o aumento da exigência por produção e qualidade implica em um sofrimento psíquico constante, sobretudo no que se refere às instabilidades e insegurança do emprego (REZENDE; BORGES; FROTA, 2012).

Segundo Silva et al (2015) nos últimos anos o trabalho tem sido considerado um importante fator causador de danos a saúde física e mental dos profissionais. Muitas vezes o trabalho deixa de ser fonte de realização profissional e passa a gerar problemas de saúde decorrentes de exaustão e insatisfação dos profissionais para com seus trabalhos, podendo resultar na prestação de serviços de má qualidade e em danos a saúde desses profissionais.

Segundo Ribeiro, Barbosa e Soares (2016) a síndrome de Burnout é um problema que se caracteriza pela perda do sentido entre o trabalhador e o trabalho, de forma que o trabalhador não percebe mais motivos para se dedicar à suas atividades laborais. Pode ser entendido como um tipo especial de stress ocupacional crônico, marcado pela presença de frustração e exaustão com o trabalho, cuja evolução é gradual e pode afetar todas as

esferas da vida pessoal. Os profissionais mais suscetíveis à síndrome são os que trabalham na área assistencial, em contato constante e direto com sua clientela na prestação de serviço, como profissionais de educação e saúde

Na área da saúde, o cuidar do outro provoca estresse físico, psíquico e emocional constante, exigindo do trabalhador constante atenção e inúmeras responsabilidades. Esse trabalho traz em sua essência, muitas vezes, a necessidade de lidar com a dor, o sofrimento e a morte do paciente, podendo resultar em danos a saúde dos profissionais (CAMPOS, et al., 2015)

Nesse contexto, a síndrome de Burnout vem sendo considerada um grave problema de saúde pública, acometendo diversos profissionais de saúde, com destaque para os profissionais de enfermagem. Essa síndrome manifesta-se por um comportamento de inquietude emocional repetitivo e duradouro gerado em decorrência do contato direto, excessivo e estressante no ambiente de trabalho, levando a problemas de saúde físicos e mentais do trabalhador. Isso pode levar a sentimentos de solidão, resultando em prejuízos a concentração, a vigilância e a capacidade de supervisão do trabalhador (CAMPOS, et al. 2015).

Assim, o estudo justifica-se pela importância de se identificar os fatores risco para o adoecimento pela Síndrome de Burnout aos quais os profissionais de saúde, com ênfase ao enfermeiro, estão mais suscetíveis. Para com isso subsidiar ações de que possam prevenir a exposição desses profissionais a esses riscos, consequentemente diminuindo a incidência dessa síndrome entre essa classe de profissionais.

Portanto, este estudo objetiva identificar os principais fatores de risco para o adoecimento pela Síndrome de Burnout aos quais os enfermeiros estão suscetíveis.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão integrativa, realizada no período de Março à Maio de 2016, por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e a PubMed . Foram utilizadas as bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), a MEDLINE®, Biblioteca Científica Eletrônica Virtual (SciELO). Foram utilizados os seguintes descritores em ciências da saúde (DESc), respectivamente: Esgotamento Profissional, Fatores de Risco, Enfermagem. Como critérios de inclusão adotaram-se: artigo original, publicado entre os anos de 2012 a 2016, no idioma português e que tenham em seu escopo quais os fatores

de risco levam o profissional de enfermagem ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout. A pesquisa a partir dos descritores sem os critérios de inclusão apresentaram um total de 453 artigos, desses foram filtrados com os critérios de estarem em língua portuguesa e terem sido publicados no ano de 2012 a 2015 sendo então reduzido para 12. Após a análise dos artigos, observou-se que apenas 10 abordavam o tema de interesse, os quais foram utilizados para a realização do presente estudo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

O desenvolvimento da Síndrome de Burnout depende de três fases, a saber: exaustão emocional, que se caracteriza pela falta de entusiasmo em razão do esgotamento profissional; a despersonalização que acontece quando o trabalhador passa a tratar de forma frígida e distante as pessoas que o cercam e falta de envolvimento pessoal no trabalho, onde o profissional perde o prazer em desempenhar suas atividades laborais, avaliando-se sempre de forma negativa (RIBEIRO; BARBOSA; SOARES, 2015)

Segundo Lacerda et al (2016) com relação aos riscos psicossociais entre os profissionais de enfermagem, pode-se elencar: falta de preparo e capacitação, sobrecarga de papéis, longas horas no trabalho, conflito no trabalho em equipe, dificuldade para conciliar

trabalho e família, recursos materiais e humanos insuficientes, além das condições de trabalho precárias.

A qualidade das condições de trabalho interfere direta ou indiretamente na saúde dos profissionais e na qualidade dos resultados do trabalho desempenhado. Carga horária excessiva e/ou excesso de funções podem resultar em estresse para o profissional devido às múltiplas e exaustivas atividades. Isso pode culminar em esgotamento físico e/ou mental. O ambiente de trabalho inadequado pode levar o trabalhador a desenvolver sinais de estresse influenciando de forma negativa no desempenho profissional, com comprometimento da qualidade da assistência prestada (SILVA, PINHEIRO, 2013).

A SB tem ainda diversas consequências físicas, dentre as quais podemos citar, alterações cardiovasculares, fadiga crônica, cefaleias, enxaqueca, úlcera péptica, insônia, dores musculares ou articulares, entre outras. Também pode interferir na vida pessoal, como nas relações familiares, ressentindo-se da falta de tempo para o cuidado com os filhos e o lazer. O contexto do trabalho é afetado pelo absenteísmo, pela rotatividade de emprego, pelo aumento de condutas violentas e pela diminuição da qualidade do trabalho. Desta forma é necessário que esse profissional tenha um acompanhamento adequado, e que o

mesmo esteja inserido num ambiente de trabalho favorável para sua melhoria (SILVA et al., 2015).

Estudo realizado por Silva et al (2014) com 130 profissionais de enfermagem que trabalhavam na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) em dois hospitais, demonstrou que 24 apresentavam esgotamento, sendo um fator importante na qualidade de vida desses trabalhadores. O autor supracitado ainda expõe que estudos realizados na Bélgica e Espanha apresentavam valores semelhantes de esgotamento emocional dentro da UTI.

Devido à própria característica do trabalho os profissionais de enfermagem apresentam maiores fatores de risco para o desenvolvimento da SB, em decorrência dos seguintes fatores: grande responsabilidade pela vida do outro; proximidade com os pacientes, para quem o sofrimento é quase inevitável e necessidade do paciente dentro da relação terapêutica. As consequências do adoecimento para esses profissionais vão desde a redução da capacidade de trabalho, a conflitos laborais e suicídio.

Em contrapartida os fatores que levam a uma maior susceptibilidade ao adoecimento por parte dos profissionais de enfermagem em um estudo realizado por Sá, Martins-Silva, Funchal (2014) são marcados por componentes como o excesso de atividades e

a falta de reconhecimento, além das características físicas do local de trabalho, muitas vezes vistas como insalubre, penoso e perigoso, é observado também à baixa remuneração dos profissionais que leva a necessidade de possuir mais de um emprego, resultando em longas jornadas de trabalho e desgaste físico e mental. Nesse contexto, os eventos estressantes presentes na dia a dia desses profissionais levam ao esgotamento, gerando profissionais indiferentes, apáticos, cansados e desmotivados, torna-o mais susceptível a conflitos dentro do próprio ambiente de trabalho e agravamento da sua saúde física e emocional.

Estudo realizado por Tavares et al (2014) com 48 residentes de enfermagem mostrou que 28,83% apresentavam alterações em três dimensões (exaustão emocional, despersonalização e reavaliação emocional), desses 90% detinham pouca experiência profissional, possuíam formação acadêmica inferior a 3 anos, desse quantitativo 60% teve que se afastar durante 15 dias do trabalho devido a estresse, ansiedade dentre outras patologias.

Os resultados encontrados nos fazem refletir, sobre a falta de prevenção, detecção e condutas minimizadoras da síndrome de Burnout em residentes de enfermagem pelos serviços. Visto que apesar do pouco tempo de formação os profissionais já se apresentam

com sinais de esgotamento profissional. Nesse sentido, por apresentarem pouca habilidade e experiência prática, esses indivíduos encontram-se ainda mais inseguros e vulneráveis à síndrome de Burnout. Outra característica é que, além de desenvolver atividades laborais, acumulam-se também atividades acadêmicas (como os trabalhos acadêmicos, as provas, o trabalho de conclusão de curso e as aulas teóricas). Corroborando essa análise, infere-se que, à medida que os profissionais adquirem habilidade, competência e segurança em sua prática profissional, decorrente do exercício da função, aumenta a possibilidade de enfrentamento das situações que causam estresse e, por sua vez, diminui a possibilidade de desenvolvimento de estresse crônico e da síndrome de Burnout (TAVARES et al., 2014).

Estudo realizado por Meira, Araújo e Carvalho no Hospital de Trauma de Campina Grande/PB com 24 enfermeiros demonstrou que 25% apresentaram Síndrome de Burnout e 75% não apresentava a síndrome. No entanto, 45,8% apresentaram níveis elevados de exaustão emocional (MEIRE; ARAÚJO; CARVALHO, 2015). Visto que a SB é um problema frequente entre os trabalhadores de saúde é necessário que a instituição desenvolva procedimentos preventivos para diminuir os efeitos dos agentes estressores

nos profissionais, consultando-os para averiguar quais fatores organizacionais estão interferindo neste processo.

De acordo com o estudo realizado por Coral, Mulato e Bueno (2014) apesar da presença recorrente da SB entre os enfermeiros, alguns acadêmicos de enfermagem desconhecem a doença, porém, a SB afeta tanto os acadêmicos de enfermagem como profissionais. Dos 31 alunos entrevistados, 9 relataram nunca ter ouvido falar na doença.

Segundo os mesmos autores a síndrome encontra-se presente principalmente em acadêmicos que estão mais próximos de concluir o curso, devido às exigências da entrada no mercado de trabalho. Há necessidade de que se atue sobre os alunos mais jovens que cursam os semestres iniciais, o que pode ser um caminho mais efetivo em termos de prevenção primária desta síndrome, ainda na fase de formação dos profissionais da área de saúde.

## CONCLUSÃO

Os profissionais de enfermagem estão mais suscetíveis à Síndrome de Burnout, isso decorre principalmente devido aos fatores de risco presentes no ambiente de trabalho desses indivíduos. O estudo demonstrou que

os principais fatores de risco que levam ao acometimento desses profissionais por essa síndrome são: Excesso de atividades; Falta de reconhecimento; Características físicas do local de trabalho; Baixa remuneração; Longas jornadas de trabalho; Desgaste físico e Mental.

Percebe-se que a Síndrome de Burnout é um problema frequente entre os profissionais de enfermagem. Os resultados obtidos com a realização dessa pesquisa possibilitaram identificar os principais fatores de risco que levam aos enfermeiros a adquirirem a Síndrome de Burnout.

A possibilidade de desenvolvimento de atitudes de falta de satisfação, falta de sensibilidade, adoecimento e exaustão emocional estão diretamente ligadas a qualidade das condições de trabalho e das relações socioprofissionais.

Assim, observa-se a necessidade de refletir sobre esses fatores de risco a fim possibilitar a atuação dos gestores dos serviços de saúde frente a esses problemas. Levando-se em consideração a complexidade do trabalho em enfermagem e as distintas situações em que os profissionais atuam, seria pertinente caracterizar melhor os fatores associados à ocorrência da síndrome em distintas instituições a partir da realização de mais pesquisas na área.

## REFERÊNCIAS

CAMPOS, I. C. M.; ANGÉLICO, A. P.; OLIVEIRA, M. S.; OLIVEIRA, D. C. R. Fatores Sociodemográficos e Ocupacionais Associados à Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem. **Revista Psicologia Reflexão e Crítica**. V. 28, n. 4, p. 764-771, 2015.

CORRAL, M. S.; BUENO, S. M. V.. Desconhecimento da Síndrome de Burnout entre acadêmicos de enfermagem [Nursing students' unawareness of Burnout Syndrome]. Rio de Janeiro: **Revista Enfermagem UERJ**, v. 22, n. 2, p. 206-211, 2014.

DE SÁ, A. M. S.; DE OLIVEIRA, M-S.P.; FUNCHAL, B. Burnout: O impacto da satisfação no trabalho em profissionais de enfermagem. Belo Horizonte: **Psicologia & Sociedade**, v. 26, n. 3, p. 14, 2014.

LACERDA, R. B. et al. Contexto de trabalho e Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem da Estratégia Saúde da Família. 2016. **Revista Cultura de los Cuidados**, v. 20, n. 44, 2016.

MEIRA, L. C.; ARAÚJO, C., E. K. M.; CARVALHO, J. R. M. Síndrome de Burnout: suscetibilidade em enfermeiros atuantes na urgência e emergência de um hospital público de Campina Grande, PB. **Gestão e Saúde**, v. 6, n. 2, p. Pag. 1289-1320, 2015.

REZENDE, R.; BORGES, N. M. A.; FROTA, O. P. Síndrome de Burnout e absenteísmo em enfermeiros no contexto hospitalar: revisão integrativa da literatura brasileira. **Comun. ciênc. saúde**, v. 23, n. 3, p. 243-252, 2012.

RIBEIRO, L. C. C.; BARBOSA, L. A. C. R.; SOARES, A. S. Avaliação da prevalência de Burnout entre professores e a sua relação com as variáveis sócio-demográficas. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 5, n. 3, 2016.

SILVA, J. L. L. da et al. Fatores psicossociais e prevalência da síndrome de burnout entre trabalhadores de enfermagem intensivistas. São Paulo: **Rev. bras. ter. intensiva**, v. 27, n. 2, p. 125-133, 2015.

SILVA, M. T.; PINHEIRO, F. G. M. S. Análise qualitativa da síndrome de burnout nos enfermeiros de setores oncológicos. **Interfaces Científicas-Saúde e Ambiente**, v. 2, n. 1, p. 37-47, 2013.

TAVARES, K. F. A et al. Ocorrência da síndrome de Burnout em enfermeiros residentes. São Paulo **Acta paul. enferm.**, v. 27, n. 3, p. 260-265, 2014.

APA